

BAB II

KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR

A. Kajian Teori

1. Pengertian Terapi Islam

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit, pengobat penyakit dan perawatan penyakit.⁷

Kata terapi berasal dari bahasa Inggris dengan kata *therapy* bermakna pengobatan dan penyembuhan, sedangkan dalam bahasa Arab kata terapi sepadan dengan *al-istisyfa'* yang berasal dari "*syafa-yasyfi-syifa*" yang berarti menyembuhkan.⁸

Menurut M.A Subandi mengatakan bahwa terapi merupakan proses formal interaksi antara dua pihak atau lebih, yang satu adalah profesional penolong (terapis) dan yang lain adalah petolong orang yang ditolong, dengan catatan bahwa interaksi itu menuju pada perubahan atau penyembuhan.⁹

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tarapi adalah proses pengobatan atau penyembuhan suatu penyakit, baik itu penyakit mental, spritual, moral maupun fisik yang dilakukan oleh seorang terapis dengan

⁷ Kamus Besar Bahasa Indonesia. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta: Balai Pustaka. 2005. Hal 227

⁸ Hamdan Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004, Hal 227

⁹ M.A Subandi, *Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001. Hal 9

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

latar belakang ilmu perilaku dan teknik-teknik usaha yang dikembangkannya dengan tujuan mengembalikan, memelihara, menjaga dan mengembangkan kondisi klien agar akal dan hatinya berada dalam kondisi seperti semula.

.¹⁰ Sedangkan Islam dari segi kebahasaan berasal dari bahasa arab, yaitu dari kata *salima* yang artinya selamat, sentosa dan damai. Dari kata *salima* selanjutnya diubah menjadi bentuk aslama yang berarti berserah diri masuk dalam kedamaian.¹¹

Dari pengertian-pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa terapi Islam adalah Upaya pengobatan atau penyembuhan suatu penyakit, baik itu penyakit mental, spiritual, moral maupun fisik yang dilakukan oleh seorang terapis dengan menerapkan nilai-nilai ajaran Tuhan Yang Maha Kuasa dengan kehendaknya sendiri untuk mencapai kebahagiaan dan keselamatan hidup di dunia dan di akhirat kelak.

2. Bentuk-bentuk Terapi Islam

Terapi Islam dilakukan sama seperti psikoterapi Islam, sebagaimana ungkapan Ali bin Abi Thalib mengenai bentuk-bentuk terapi Islam dalam psikoterapi hati itu ada lima macam, yakni:¹²

1. Membaca Al- Qur'an sambil mencoba memahami artinya
2. Melakukan sholat malam

¹⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta: Balai Pustaka. 2005.

¹¹ Abuddin Nata. *Metodologi Study Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.2008. Hal 61

¹² H.Gusti Abd.Rahman. *Terapi Sufistik Untuk penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, Yogyakarta: Aswaja Pressindo,2012), Hal 60

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Beragaul dengan orang-orang baik dan sholeh
4. Puasa
5. Zikir malam hari yang lama

Al-Qur'an adalah sebagai terapi yang paling utama, didalamnya memuat resep-resep yang mujarab dan dapat menyembuhkan penyakit jiwa manusia. Tingkat kemujarapannya sangat tergantung seberapa jauh sugesti keimanan pasien. Sugesti yang dimaksud dapat diraih dengan mendengar dan membaca, memahami dan merenungkan serta melaksanakan kandungannya. Masing-masing tahap perlakuan terhadap Al-Qur'an tersebut dapat menghantarkan pasien kealam yang dapat menerangkan dan menyejukkan jiwa.¹³

Membaca Al-Quran seutuhnya secara tartil (sebagai amalan dan wirid) atau memahami makna melalui tafsir dan ta'wilnya akan menghasilkan potensi pencegahan, perlindungan dan penyembuhan terhadap penyakit psikologis secara umum. Artinya segala bentuk atau sesuatu apapun yang menjadi penyebab terganggunya eksistensi kejiwaan (mental) akan dapat hilang, lenyap dan bahkan menyehatkan mental, spiritual maupun fisik.¹⁴

Ada sepuluh amalan yang mesti dilakukan oleh seseorang agar tilawah Al-Quran menjadi pembersih jiwa, yaitu: memahami sumber firman itu berasal, takzim (mengagungkan kalimat Allah), kehadiran hati, tadabbur, tafahhum (memahami ayat-ayat Al-Quran), menghindari hambatan-hambatan kefahaman, takhsish (kesadaran orang yang membaca

¹³ *Ibid*, hal 65

¹⁴ Hamdan Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*. (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004.) Hal 423

Al-Quran bahwa dirinyalah yang dituju oleh setiap teks yang ada dalam Al-Quran), ta'attsur (ikut hanyut dan terbawa), Taraqqi dan tabarri.¹⁵

Allah SWT, berfirman dalam Al-Qur'an surah Al Isra' ayat 82:

وَنَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ
إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya:

*Dan kami turunkan dari AlQur'an (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Sedang bagi orang yang zalim (Al Qur'an itu hanya menambah kerugian).*¹⁶

Al-Qurthubi dalam tafsirnya menyebutkan bahwa ada dua pendapat dalam memahami term syifa' dalam ayat tersebut: pertama, terapi bagi jiwa yang dapat menghilangkan kebodohan dan keraguan, dalam membuka jiwa yang tertutup, serta dapat menyembuhkan jiwa yang sakit. Kedua, terapi yang dapat menyembuhkan fisik, baik dalam bentuk azimat ataupun tangkal. Sedangkan menurut al-faidh al-khasyani dalam tafsirnya mengemukakan bahwa lafal-lafal Al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakit badan, sedangkan makna-maknanya dapat menyembuhkan penyakit jiwa.¹⁷

Di antara konsep terapi gangguan mental ini ialah pernyataan Allah dalam Al-Qur'an surah Yunus ayat 57

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

¹⁵ Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir. *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. (Jakarta: P1 Raja Grafindo Persada. 2002.) Hal 219-220

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Artinya:

*“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu penyembuhan bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman”*¹⁸

Terapi yang kedua adalah sholat diwaktu malam yakni diluar sholat wajib dengan mengakhiri sholat isya, yakni berkenaan shalat sunnah seperti sholat tahajjud, hajat, tobat, wirit, sholat sunah rawatib. Sholat adalah terapi psikis yang bersifat kuratif, preventif, dan konstruktif sekaligus. Dari ketiga wilayah tersebut dapat diungkapkan: pertama, sholat dapat membina seseorang untuk melatih konsentrasi yang integral dan komprehensif. Hal ini terambil dalam niat dan khusuk. Niat adalah komitmen seseorang untuk melakukan ibadah sholat dan tidak ada melakukan perbuatan lain kecuali apa yang disyaratkan dalam rukun-rukun sholat, sedangkan khusuk berarti merasa takut dan tenang dalam beribadah kepada Allah.¹⁹

Imam Al-Ghazali, dalam kitab Ihya 'Ulumuddin, menjelaskan bahwa sholat adalah sarana terbesar dalam penyucian hati. Ia merupakan sarana dan sekaligus tujuan yang dapat memusnahkan bibit-bibit kesombongan dan pembangkangan kepada Allah yang muncul dari hawa.²⁰

Menurut Ari Ginanjar Agustian, bahwa sholat berfungsi sebagai metode pengulangan, dimana potensi spiritual yang berisikan element-element karakter atau sifat-sifat mulia dan agung itu diasah dan diulang-ulang. Sholat adalah metode yang jauh lebih sempurna, karena ia tidak hanya bersifat duniawi namun juga bermuatan nilai-nilai spiritual.

¹⁸ Syamil Qur'an, Bukhara *“Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahan”* hal 215

¹⁹ *Op. Cit*, hal 65

²⁰ Muhammad Syafi'ie el-Bantanie. *Terapi Mencerdaskan Hati*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.2012. Hal 36

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Didalamnya terdapat totalitas yang terangkum secara dinamis kombinasi gerak (fisik), emosi (rasa), dan hati (spiritual).²¹

Diuraikan dalam buku Dr.Djamaluddin Ancok yang berjudul “ Psikologi Islami”, mengatakan bahwa aspek-aspek bagi kesehatan jiwa yang terdapat dalam sholat yaitu:

Pertama, aspek olah raga. Sholat adalah suatu ibadah yang menuntut aktifitas, konsentrasi otot, tekanan dan “ pijatan” pada bagian tertentu yang merupakan proses relaksasi (pelepasan). Sholat merupakan aktifitas yang menghantarkan pelakunya pada situasi seimbang antara jiwa dan raganya. Hal ini didukung oleh pendapat Eugene Walker bahwa olah raga dapat mengurangi kecemasan jiwa.

Kedua, sholat memiliki aspek meditasi. Setiap muslim dituntut agar dapat menjalankan sholat secara khusuk, yang dapat dikategorikan sebagai suatu proses meditasi, hal ini akan membawa kepada ketenangan jiwa.

Ketiga, aspek auto-sugesti. Bacaan dalam sholat dipanjatkan kehadiran illahi, yang berisi pujian-pujian atas eagungan Allah dan do’a serta permohonan agar selamat dunia dan akhirat. Proses sholat pada dasarnya adalah terapi self hypnosis (pengobatan terhadap diri sendiri).

Keempat, aspek kebersamaan. Ditinjau dari segi psikologi, kebersamaan itu sendiri merupakan aspek terapeutik. Beberapa ahli psikologi mengemukakan bahwa perasaan “ keterasingan” dari orang lain ataupun dari

²¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power (Sebuah Inner Journy Melalui Al-Ihsan)*, Jakarta: Penerbit Arga, 2004. Hal 278.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diri sendiri dapat hilang. Dianjurkan sholat berjamaah perasaan terasing dari orang lain ataupun dirinya sendiri dapat hilang.²²

Terapi yang ketiga adalah bergaul dengan orang sholeh. Orang yang sholeh adalah orang yang mampu mengintegrasikan dirinya dan mampu mengaktualisasikan potensinya semaksimal mungkin berbagai dimensi kehidupan.

Terapi yang keempat adalah dengan melakukan ibadah *shaum* (puasa). Puasa terbagi menjadi dua bagian: 1) puasa wajib, yakni puasa pada bulan Ramadhan setiap tahun, 2) Puasa sunnah yakni puasa pada hari senin dan kamis, puasa 6 hari dibulan syawal, puasa pertengahan bulan dan puasa sunnah lainnya. Puncak dari puasa adalah latihan kesabaran bagi manusia menahan lapar, dahaga dan menahan syahwat. Sabar adalah sifat utama yang membantu manusia dalam menanggung beratnya perjuangan hidup, semua itu harus disikapi dengan sabar dan sangka baik terhadap Allah. Hal ini merupakan penempatan jiwa, serta perlawanan terhadap hawa nafsu dan syahwat yang selalu mengajak kepada hal-hal yang negatif.

Menurut bahasa Arab, puasa adalah “menahan dari segala sesuatu”, seperti menahan makan, minum, nafsu, menahan berbicara yang tidak bermanfaat dan sebagainya. Menurut istilah agama Islam yaitu “menahan diri dari sesuatu yang membatakannya, satu hari lamanya, mulai dari terbit fajar sampai terbenam matahari dengan niat dan beberapa syarat.”²³

²² Djamaluddin ancok, *Psikologi Islami: Solusi Atas Berbagai Problem-Problem Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004. Hal 98-100

²³ Sulaiman Rasjid. *Fiqh Islam*. (Bandung: Sinar Baru Algesindo. 2007.) Hal 220

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Menurut Muhammad Syafi'ie dalam bukunya "*Terapi Mencerdaskan Hati*" bahwa puasa adalah suatu pelatihan untuk menghindarkan diri dari kecendrungan menuruti dorongan negatif, sehingga tetap bisa berfikir jernih dan bertindak secara positif dan produktif. Pengendalian diri adalah syarat mutlak untuk mencapai kebahagiaan hakiki.

Puasa mempunyai banyak manfaat kejiwaan. Dalam puasa terkandung aspek pendidikan jiwa dan terapi bagi penyakit hati. Sebab, puasa sesungguhnya merupakan sebuah latihan dan pembiasaan bagi upaya mengendalikan hawa nafsu yang pada akhirnya akan membuat manusia memiliki kontrol yang kuat dalam mengendalikan hawa nafsunya dan menjaga tingkah lakunya.²⁴

Menurut aspek etimologis dan terminologis puasa difahami sebagai aturan yang menuntut keteguhan, kesabaran, keyakinan dan penuh perhitungan dalam pelaksanaannya. Dua aspek dalam diri manusia yang tidak lepas dari pelaksanaan puasa, pertama aspek fisik dan yang kedua aspek psikologis. Pada aspek fisik seorang muslim yang berpuasa menahan dari makan dan minum. Sedangkan pada aspek psikologis, seorang muslim yang berpuasa mematuhi peraturan dan perintah yang berhubungan dengan sifat tercela seperti berdusta, takabbur, mengumpat, hasad, iri hati dan riya'.²⁵

²⁴ Muhammad Syafi'ie el-Bantanie. *Terapi Mencerdaskan Hati*. (Jakarta: PT Elex Media Komputindo.2012.) Hal 47-49

²⁵ Khairunnas Rajab. *Pikologi Agama, Penguatan Nilai-Nilai Islam Dalam Psikologi*. (Jakarta: Lentera Ilmu Cendekia.2014.) hal 86

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Terapi yang kelima adalah *dzikir*. Kata *Dzikir* berasal dari bahasa arab, dzikir yang berarti mengingat dan mengucapkan atau menyebut. Apabila dikaitkan dengan Islam, berarti mengingat dan menyebut Asma Allah SWT.²⁶ Dzikir dalam arti sempit memiliki makna menyebut asma-asma Allah Yang Agung. Agung dalam berbagai kempatan. Sedang dalam arti yang luas, dzikir mencakup pengertian “mengingat segala keagungan dan kasih sayang Allah SWT yang telah diberikan kepada kita, sambil mentaati segala permintaan-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya. Menurut Ashfahani, zikir adalah menghadirkan sesuatu baik dalam bentuk perasaan (hati) maupun perbuatan.²⁷

Melalui dzikir individu dapat merasa dekat kepada Allah SWT serta merasa dalam perlindungan dan penjagaanNya. Ini akan membangkitkan rasa percaya diri, aman, tentram dan bahagia. Dzikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang untuk mengingat, menyebut dan mereduksi kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya.²⁸

Al-Quran menjelaskan dzikir berarti membangkitkan daya ingatan dalam surah Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

²⁶ Syamsul Rijal Hamid, *Buku Pintar Agama Islam*. (Bogor: LPKAI “Cahaya Islam”.2008.) Hal 542-543

²⁷ *Ibid*, Hal 77

²⁸ *Ibid*, Hal 78

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Artinya:

*(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.*²⁹

3. Objek Terapi Islam

Objek terapi Islam adalah sasaran yang menjadi fokus dalam penyembuhan terapi. Sebagaimana yang telah disebutkan dalam psikoterapi Islam, sasaran atau objek yang menjadi fokus penyembuhan, perawatan atau pengobatan dari psikoterapi Islam adalah manusia (insan) secara utuh, yakni yang berkaitan atau menyangkut dengan gangguan pada berikut, yaitu:³⁰

a. Mental

Mental yaitu yang berhubungan dengan pikiran, akal, ingatan atau proses yang berasosiasi dengan pikiran, akal dan ingatan. Seperti mudah lupa, malas berfikir, tidak mampu berkonsentrasi, picik, tidak dapat mengambil suatu keputusan dengan baik dan benar, bahkan tidak memiliki kemampuan membedakan antara halal dan haram, yang bermanfaat dan yang mudharat serta yang hak dan yang batil.

b. Spiritual

Spiritual yaitu yang berhubungan dengan masalah ruh, semangat atau jiwa, religius, yang berhubungan dengan agama, keimanan, keshalehan dan menyangkut nilai-nilai transdemental. Seperti syirik, nifaq, fasiq, dan kufur, lemah keyakinan dan tertutup atau terhibatnya

²⁹ Kementerian Agama RI. *Syamil Quran (Al-Quran Tajwid dan terjemahan)*. QS. Ar-Ra'd ayat 28. hal 254

³⁰ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam Penerapan Metode Sufistik*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal 237-249

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

alam ruh, alam malakut dan alam ghaib semua itu akibat dari kedurhakaan dan pengingkaran kepada Allah SWT

c. Moral (Akhlak)

Moral yaitu suatu keadaan yang melekat pada jiwa manusia yang dari padanya lahir perbuatan-perbuatan dengan mudah, tanpa melalui proses pemikiran, pertimbangan atau penelitian, sikap mental atau watak yang terjabarkan dalam bentuk: berfikir, berbicara, bertindak laku, sebagai ekspresi jiwa.

4. Pengertian Pembinaan Mental

Pembinaan berasal dari kata “bina” yang mendapat awalan ke- dan akhiran –an, yang berarti bangun/bangunan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pembinaan berarti membina, memperbaharui, atau proses, perbuatan, cara membina, usaha, tindakan, dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna untuk memperoleh hasil yang lebih baik.

Sedangkan mental di artikan sebagai kepribadian yang merupakan kebulatan yang dinamik yang dimiliki seseorang yang tercermin dalam sikap dan perbuatan atau terlihat dari psikomotornya. Dalam ilmu psikiatri dan psikoterapi, kata mental sering digunakan sebagai ganti dari kata personality (kepribadian) yang berarti bahwa mental adalah semua unsur-unsur jiwa termasuk fikiran, emosi, sikap (*attitude*) dan perasaan yang dalam keseluruhan dan kebulatannya akan menentukan corak laku, cara

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menghadapi suatu hal yang menekan perasaan, mengecewakan atau menggehirkan, menyenangkan dan sebagainya.

Apabila ditinjau dari etimologi, kata mental berasal dari kata latin, yaitu *mens* atau *mentis* artinya roh, sukma, jiwa atau nyawa Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala jiwa (neurose) dan gejala penyakit jiwa (psychose)³¹.

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa pembinaan mental adalah usaha untuk memperbaiki dan memperbaharui suatu tindakan atau tingkah laku seseorang melalui bimbingan mental/jiwanya, sehingga memiliki kepribadian yang sehat, akhlak yang terpuji dan bertanggung jawab dalam menjalani kehidupan.

5. Ciri-Ciri Pribadi yang Bermental Sehat

- 1) Adanya koordinasi dari segenap usaha dan potensinya, sehingga orang mudah mengadakan adaptasi terhadap tuntutan lingkungan standar, dan norma sosial, serta terhadap perubahan-perubahan sosial yang serba cepat.
- 2) Memiliki integrasi dan regulasi terhadap struktur kepribadian sendiri, sehingga mampu memberikan partisipasi aktif kepada masyarakat.
- 3) Senantiasa giat melaksanakan proses realisasi diri (yaitu mengembangkan secara riil segenap bakat dan potensi), memiliki tujuan hidup, dan selalu mengarah pada transendensi diri, berusaha untuk melebihi keadaan / kondisinya yang sekarang.

³¹ Yusak Burhanuddin. *Kesehatan Mental*. (Bandung:CV.Pustaka Setia.1999.) Hal 10

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Bergairah, sehat lahir dan batin, tenang dan harmonis kepribadiannya, efisien dalam setiap tindakannya, serta mampu menghayati kenikmatan dan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhan.³²

6. Ciri-ciri atau kriteria mental yang tidak sehat

- 1) Tidak mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan.
- 2) Kehidupan kejiwaannya ditandai oleh kegoncangan dan keresahan jiwa yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas dan tidak puas.
- 3) Terjadi konflik kejiwaan seperti takut dan cemas.³³

7. Langkah –Langkah Mencapai Kesehatan Mental

Ada tiga langkah (metode) yang ditempuh manusia dalam mencapai kesehatan mental yaitu:

- 1) langkah pengobatan (kuratif) dalam kesehatan mental adalah usaha-usaha yang ditempuh untuk menyembuhkan dan merawat orang yang mengalami gangguan dan sakit kejiwaan sehingga dapat menjadi sehat dan wajar kembali.
- 2) Langkah pencegahan (preventif) dalam kesehatan mental adalah metode yang digunakan manusia untuk menghadapi diri sendiri dan orang lain guna meniadakan atau mengurangi terjadinya gaangguan kejiwaan. Dengan demikian, manusia dapat menjaga dirinya dan orang lain dari kemungkinan guncangan batin dan ketidaktentraman hati.

³² Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*. (Jakarta:Amzah.2013.) Hal 143-145

³³ Kartini Kartono, *Hygiene Mental*. (Bandung: Mandar Maju.2000)Cet-VII.Hal 95.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) langkah pembinaan (konstruktif), ditujukan untuk menjaga kondisi mental yang sudah baik termasuk meliputi cara yang ditempuh manusia untuk meningkatkan rasa gembira, bahagia, dan kemampuan menggunakan segala potensi yang ada seoptimal mungkin seperti memperkuat ingatan, fantasi, kemauan, dan kepribadiannya.

Pandangan Islam terhadap kesehatan mental antara lain:

- 1) Agama Islam memberikan tugas dan tujuan bagi kehidupan manusia didunia dan akhirat. Misalnya, tugas dan tujuan hidup manusia didunia ditegaskan Al-Qur'an sebagai jalan untuk beribadat kepada Allah dan menjadi khalifahNya di bumi.

Firman Allah dalam Al-Qur'an surah Az-Zarayat ayat 56:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Artinya:

*Dan Aku tidak menjadikan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku.*³⁴

Dengan melaksanakan konsep ibadah dan khalifah dalam Islam, manusia dapat menumbuhkan dan mengembangkan potensi jiwa dan memperoleh mental yang sehat.

- 2) Ajaran Islam memberikan bantuan kejiwaan kepada manusia dalam menghadapi cobaan dan mengatasi kesulitan hidupnya, seperti dengan cara sabar dan shalat.

³⁴ Syamil Qur'an, Bukhara "Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahan" hal 543

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) Ajaran Islam membantu orang dalam menumbuhkan dan membina pribadinya, yakni melalui penghayatan nilai-nilai ketakwaan dan keteladanan yang diberikan nabi Muhammad saw.
- 4) Agama Islam memberikan tuntunan kepada akal agar benar dalam berfikir dengan melalui bimbingan wahyu (kitab suci Al-Qur'an)
- 5) Ajaran Islam beserta seluruh petunjuk yang ada didalamnya merupakan obat (*syifa*) bagi jiwa atau penyembuh segala penyakit hati yang terdapat dalam diri manusia (rohani)
- 6) Agama Islam berperan dalam mendorong orang untuk berbuat baik dan taat, serta mencegahnya dari berbuat jahat dan maksiat.
- 7) Agama Islam dapat memenuhi kebutuhan psikososial manusia.

Peranan Agama Islam dapat membantu manusia mengobati jiwanya dan mencegahnya dari gangguan kejiwaan serta membina kondisi kesehatan mental. Dan menghayati dan mengamalkan ajaran-ajaran islam manusia dapat memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan hidupnya.

Berdasarkan penelitian observasi yang dilakukan penulis pada tanggal 05-Maret-2017 kegiatan Terapi Islam terhadap pasien rutin dilakukan oleh unit Terapi dan Rehabilitasi di bawah penanggung jawab Badan Narkotika Kabupaten Kampar . Kegiatan rehabilitasi ini dilakukan dalam berbagai bentuk terapi, mulai dari terapi komunikasi, terapi keagamaan, terapi rekreasi dan sebagainya. Kegiatan ini dilakukan setiap hari dengan jenis terapi yang berbeda tiap harinya seperti:

Tabel II.1
Jadwal Kegiatan Rehabilitasi Sosial di BNK Kampar

Senin sd jumat	Sabtu	Minggu
Solat Lima Waktu	Solat Lima Waktu	Solat Lima Waktu
Membaca Al-Qur'an	Membaca Al-Qur'an	Membaca Al-Qur'an
House chore/ bersih-bersih kamar	Makan 3x sehari	Makan 3x sehari
Wash up/mandi	Wash up	Wash up
Visite Dokter	Function	Function
Morning Meeting	Morning meeting	Morning briefing
Funcation	Snack	Break down/bersih rumah
Snack	Break down	Religi Session
Touchup /bersih- bersih	Religi Session	Sanction Tools
Classmeeting (seminar)	Sanction Tools	Weekend warp up
Seminar Religi Session (Senin Dan rabu)	Familiy support group	
Class meeting (workshop)	Olah raga	
Statistik group	Function	
Encounter Group	Makan malam	
T.Religi dan Class meeting	Aktivitas malam minggu	
Recreation hour /Olah Raga		
Free time/ konseling		
Closing House		

Ada beberapa pertemuan ketika masa rehabilitasi, yaitu:

1. *Morning Meeting*

Kegiatan rutin setiap pagi sebagai pembuka hari

2. *Encounter Group*

Kegiatan untuk mengatur emosi agar lebih disiplin

3. *Static Group*

Kegiatan diskusi dengan konselor sebagai fasilitator

4. *P.A.G.E. Group (Peer Accountability Group Evaluation)*

Disini residen dipicu untuk menilai residen lain dan berani untuk dinilai oleh residen lain

2. *Seminar*

Pemberian materi pengetahuan

3. *Religious Session*

Kegiatan pendalaman spiritual dan keagamaan

Tabel II.2
Bahan pelajaran/praktek yang di sampaikan pada Pelaksanaan terapi Islam/Religious Session

<p>a. Thaharah</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bacaan/Niat Wudhu 2) Rukun dan sunnah dalam wudhu' 3) Hal-hal yang membatalkan wudhu' 4) Do'a sesudah wudhu 5) Hal-hal yang mewajibkan mandi junub 6) Bacaan/niat dan fardhu mandi 7) Hal-hal yang membolehkan tayammum 8) Yang membatalkan tayammum 9) Cara bertayamum 10) Macam-macam najis dan hadas 11) Cara bersuci dari najis dan hadas 	<p>b. Ibadah</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Lafadz azan 2) Doa sesudah azan 3) Lafadz iqamah 4) Syarat-syarat Sholat 5) Rukun-rukun sholat 6) Hal-hal yang membatalkan sholat 7) Niat Sholat 8) Doa iftitah 9) Bacaan surah alfatihah 10) Bacaan ruku', i'tidal dan sujud 11) Bacaan tasyahud awal dan akhir 12) Bacaan sujud syahwi 13) Cara shalat berjamaah
<p>c) Al-Quran dan surah pendek</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Al-baqarah 1-5 2) Al-ikhlas 	<p>d) Do'a Harian</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Do'a sebelum makan 2) Do'a sesudah makan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

3) Al-falaq 4) An-Nas 5) An-kafirun 6) An-nashr 7) Al-‘ashr 8) Ad-dhuha 9) Al-kausar 10) Asy-syarh	3) Do’a masuk masjid 4) Do’a hendak tidur 5) Do’a bangun tidur 6) Do’a masuk WC 7) Do’a keluar WC 8) Do’a keluar rumah
e) Wiridan	f) Sejarah Nabi/Sahabat, Islam

B. Kajian Terdahulu

Untuk membandingkan dengan penelitian lain dan sekaligus untuk melihat posisi penelitian ini, maka perlu dilihat penelitian-penelitian lain yang pernah dilakukan. Adapun yang menjadi perbandingan kegiatan penelitian yang peneliti lakukan yaitu berdasarkan pada kajian terdahulu yang diteliti.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Hasbi NIM (1420411128) mahasiswa jurusan pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dengan judul penelitian Metode Pembinaan Agama Islam Bagi Mantan Pecandu Narkoba di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman Yogyakarta. Pembinaan ini mengajak mereka kembali kejalan yang benar dengan berbagai macam metode, dan yang paling menonjol diantara amalan itu adalah amalan dzikir Tarekat Qodiriyah Naqsyabandiyah. Dengan kesimpulan hasil secara keseluruhan mengenai Pelaksanaan Pembinaan Agama Islam Bagi Mantan Pecandu Narkoba di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman Yogyakarta belum tercapai secara maksimal.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Fariq Kam Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Merujuk pada karya di atas terdapat adanya persamaan dan perbedaan. Dalam penelitian ini sama-sama meneliti pecandu narkoba dengan melaksanakan ajaran agama Islam. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hasbi bertempat di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Berbah Sleman Yogyakarta, sedangkan penulis melakukan penelitian di Badan Narkotika (BNK) Kabupaten Kampar Riau. Pada penelitian sebelumnya mengenai metode pembinaan agama Islam bagi mantan pecandu narkoba, sedangkan dalam penelitian penulis mengenai pelaksanaan terapi Islam dalam pembinaan mental residen pecandu narkoba.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Mela Selviana M. Mahasiswi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dengan jurusanannya Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang berjudul Dampak Penyuluhan Agama Islam dengan Pendekatan Berbasis Kelompok terhadap residen Dalam Pemulihan Ketergantungan Narkoba di Balai Besar BNN Lido Bogor Jawa Barat. Indikator keberhasilan rehabilitasi adalah pulihnya residen dari ketergantungan narkoba dan mencapai sehat secara fisik, mental, spritual, psikis, dan sosial. Hasil penelitian, residen yang sudah mengikuti penyuluhan agama Islam berbasis kelompok selama kurang lebih 6 (enam) bulan dalam masa rehabilitasi, telah mencapai kesehatan fisik, mental, spiritual dan sosial. Meskipun dalam beberapa hal, residen masih sering gagal, kecewa dan bimbang serta rasa sugesti pada narkoba masih ada.

Pada penelitian di atas, terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian penulis. Persamaannya yaitu sama-sama meneliti pecandu narkoba dengan melaksanakan ajaran agama Islam. Sedang perbedaannya, penelitian sebelumnya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lebih meneliti dampak dari penyuluhan agama Islam dengan pendekatan berbasis kelompok terhadap residen dalam pemulihan ketergantungan narkoba, sedang penelitian penulis sendiri lebih meneliti tentang pelaksanaan dari terapi Islam dalam pembinaan mental residen pecandu narkoba. Untuk tempat, penelitian sebelumnya di Balai Besar BNN Lido Bogor Jawa Barat sedang penulis sendiri melakukan penelitian di Badan Narkotika Kabupaten Kampar Riau.

C. Kerangka Pikir

Kerangka Pikir digunakan untuk memudahkan penelitian ini dalam mencari jawaban dalam permasalahan yang telah dirumuskan yang perlu penjabaran secara konkret dalam konsep teoritis agar mudah dipahami.

Terapi Islam adalah Upaya pengobatan atau penyembuhan suatu penyakit, baik itu penyakit mental, spiritual, moral maupun fisik yang dilakukan oleh seorang terapis dengan menerapkan nilai-nilai ajaran Tuhan Yang Maha Kuasa dengan kehendaknya sendiri untuk mencapai kebahagiaan dan keselamatan hidup di dunia dan di akhirat kelak.

Terapi Islam dilakukan sama seperti psikoterapi Islam, sebagaimana ungkapan Ali bin Abi Thalib mengenai bentuk-bentuk terapi Islam dalam psikoterapi hati itu ada lima macam, yakni:³⁵

1. Membaca Al- Qur'an sambil mencoba memahami artinya
2. Melakukan sholat malam
3. Beragaul dengan orang-orang baik dan sholeh

³⁵ H.Gusti Abd.Rahman. *Terapi Sufistik Untuk penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2012), Hal 60

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Puasa

5. Zikir malam hari yang lama

Objek terapi Islam adalah sasaran yang menjadi fokus dalam penyembuhan terapi. Objek terapi Islam yaitu mental, spiritual dan moral (Akhlaq). M. Hamdan Bakran Adz-Dzaki mengemukakan 5 fungsi terapi Islam, yaitu: a) Fungsi pemahaman (*undesrtanding*), b) Fungsi Pengendalian (*control*), c) Fungsi Analisi, d) Fungsi pengembangan, e) fungsi pendidikan.

**GAMBAR I
KERANGKA PIKIR**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

